



Câmara Municipal de Maracanaú
Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, 890 - Piratininga - CEP: 61905-167 - Maracanaú\CE

PROJETO DE LEI - LEGISLATIVO: 110/2026

Dispõe sobre a Política Municipal de Promoção da Saúde Física, Mental e do Uso Consciente de Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) para a Pessoa Idosa no Município de Maracanaú.

A Câmara Municipal de Maracanaú Aprova:

Art. 1º Fica instituída a Política Municipal de Promoção da Saúde Física, Mental e do Uso Consciente das Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) para a Pessoa Idosa, com o objetivo de garantir qualidade de vida, bem-estar e inclusão social.

Art. 2º São objetivos desta Lei:

- I – promover a saúde física da pessoa idosa por meio de atividades regulares;
- II – fortalecer a saúde mental e emocional;
- III – prevenir o isolamento social;
- IV – incentivar o uso consciente, equilibrado e saudável das tecnologias digitais;
- V – prevenir a dependência digital e os impactos negativos do uso excessivo de telas;
- VI – promover a inclusão digital com segurança e orientação.

Art. 3º O Poder Executivo poderá desenvolver ações integradas por meio das Secretarias de Saúde, Assistência Social, Esporte e Educação, tais como:

- I – programas de atividade física voltados à pessoa idosa;
- II – acompanhamento psicológico e ações de promoção da saúde mental;
- III – oficinas de convivência social e integração comunitária;
- IV – campanhas educativas sobre o uso saudável de tecnologias digitais;
- V – programas de orientação sobre o uso consciente de celulares, redes sociais e internet;
- VI – ações educativas voltadas à prevenção da dependência digital.

Art. 4º As ações relacionadas ao uso de tecnologias deverão contemplar:

- I – orientação sobre os riscos do uso excessivo de telas;
- II – estímulo ao equilíbrio entre atividades digitais e presenciais;
- III – incentivo à alfabetização digital crítica e segura;
- IV – conscientização sobre fake news, golpes digitais e segurança online;
- V – orientação sobre limites de tempo de uso de dispositivos eletrônicos.

Art. 5º Para os fins desta Lei, considera-se dependência digital o uso excessivo e descontrolado de dispositivos eletrônicos que possa causar prejuízos à saúde física, mental ou social da pessoa idosa.

Art. 6º O Município poderá promover campanhas educativas que abordem:



Câmara Municipal de Maracanaú

Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, 890 - Piratininga - CEP: 61905-167 - Maracanaú\CE

- I – os efeitos do uso excessivo de telas na saúde mental, como ansiedade, irritabilidade, distúrbios do sono e isolamento social;
- II – os impactos físicos, como sedentarismo e fadiga;
- III – a importância do equilíbrio entre vida digital e atividades presenciais.

Art. 7º O Poder Público poderá incentivar:

- I – criação de grupos de convivência para idosos;
- II – atividades culturais, esportivas e recreativas;
- III – ações comunitárias que estimulem interação social fora do ambiente digital.

Art. 8º As ações previstas nesta Lei poderão ser realizadas em:

- Unidades Básicas de Saúde (UBS);
- Centros de Referência de Assistência Social (CRAS);
- Centros de convivência;
- Espaços públicos e comunitários.

Art. 9º O Poder Executivo regulamentará esta Lei no que couber.

Art. 10 Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Sala das sessões da Câmara Municipal de Maracanaú, 4 de Maio de 2026.

*Assinado eletronicamente na data: 04/05/2026
pelo CPF: ***.617.913-** no IP: 192.168.131.91*

Francisco Ivonaldo Pereira Lima
Vereador(a) - PP

JUSTIFICATIVA

O presente Projeto de Lei tem como objetivo promover a saúde física e mental da pessoa idosa no município de Maracanaú, considerando os desafios contemporâneos relacionados ao uso das tecnologias digitais.

Estudos recentes demonstram que o uso excessivo de telas e redes sociais pode provocar impactos significativos na saúde mental, incluindo ansiedade, depressão, irritabilidade, distúrbios do sono e prejuízos cognitivos ?. Além disso, a dependência digital pode levar ao isolamento social e à redução das interações presenciais, afetando diretamente a qualidade de vida da pessoa idosa ?.

Pesquisas também apontam que o aumento do tempo de uso de dispositivos eletrônicos pode estar associado a riscos à saúde física e mental, reforçando a necessidade de políticas públicas voltadas ao uso equilibrado da tecnologia ?.



Câmara Municipal de Maracanaú

Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, 890 - Piratininga - CEP: 61905-167 - Maracanaú\CE

Embora a inclusão digital seja fundamental, é necessário avançar para uma abordagem mais ampla, que envolva não apenas o acesso às tecnologias, mas também o uso consciente e saudável.

Nesse contexto, esta proposta busca equilibrar três pilares fundamentais:

- saúde física (atividade e movimento);
- saúde mental (bem-estar emocional);
- uso responsável da tecnologia (TIC).

Dessa forma, o Município de Maracanaú poderá se posicionar como referência em políticas públicas modernas voltadas ao envelhecimento saudável, promovendo dignidade, inclusão e qualidade de vida para a população idosa.

Câmara Municipal de Maracanaú

www.camaramaracanau.ce.gov.br/materias/13887

